

---

# Emotiologie et Accompagner le Désir d'enfant

---

Je m'appelle Aline Varrin, maman de deux enfants, qui ont été rêvés, attendus, conçus par FIV et qui nous ont rejoints en nous offrant leur plus beau cadeau, celui de nous choisir comme parents.

Nous avons des projets de vie bien ficelés et ordonnés, une rencontre, un mariage, une maison et enfin le rêve d'enfants pour compléter ce magnifique tableau. Parcours classique mais naturel, programmé mais enthousiasmant, contrôlé mais rassurant. Mais une poussière vient perturber, bouleverser ces beaux projets. Poussière, qui, au fil des années, est devenu un gros nuage gris ... Le soleil des espoirs des beaux jours cède la place à la grisaille des espoirs déçus.

Toute *l'ambivalence* d'un parcours de Désir d'enfants, d'un parcours PMA (Procréation Médicalement Assistée) ... Un parcours d'espoirs et désespoirs, d'élans et de renoncements, de force et de fragilité, ...

## Ambivalence ?

L'ambivalence, par son côté binaire, est propre à l'Humain, à la Vie. On la retrouve tout autour de nous. Nous l'observons dans notre quotidien en vivant en alternance le jour et la nuit, dans notre corps en inspirant et en expirant, dans nos natures d'homme et de femme, dans notre habitude à opposer le bien et le mal, le chaud et le froid, la force et la faiblesse, etc ... Ces polarités se retrouvent également dans l'approche du Yin & Yang.

Le Yin, présent en chacun de nous, représente notre part féminine, notre sensibilité, notre fragilité, notre Être, on y associe également la Terre, la mère, la lune.

Quant au Yang, faisant également partie intégrante de chaque individu, révèle notre part masculine, notre force, notre volonté, notre mental, l'action, et on y associe le Ciel, le père, le soleil.

L'homme et la nature ne peuvent être dissociés. De telle sorte, que l'on retrouve les polarités également dans les cycles de Dame Nature, dans les lunaisons et les saisons, dans le cycle féminin qui prépare chaque mois le corps à recevoir la vie. Il y a des périodes où nous vivons sous l'influence des énergies Yang, par exemple lors des pleines Lunes, en été ou encore en période d'ovulation où les énergies sont actives et où efficacité rime avec rapidité. Et des énergies Yin, par exemple lors des nouvelles Lunes, en hiver ou encore durant les menstruations où nous sommes invités à la lenteur, à l'introspection. La nature vit au rythme de ces énergies et nous devrions nous en inspirer ... la végétation qui s'arrête en hiver, comme les animaux qui hibernent pour mieux revivre au prochain printemps.

Mais TOUT est relié ... La lune ne peut briller sans le soleil, le printemps ne peut éclore sans avoir vécu l'hiver. Il y a du féminin dans le masculin, comme il y a du masculin dans le féminin.

Le parcours PMA ne fait pas exception. Cette ambivalence est vécue chaque jour. Entreprendre un parcours PMA nécessite beaucoup d'actions (contrôles, injections, déplacements, ...) et sollicite énormément le mental (il faut penser à tout ... faire

coordonner les agendas familiaux et professionnels avec les jours du cycle et des démarches à entreprendre, trouver des solutions de garde, finances, contacts avec assurances, ...). Le couple est en chemin pour FAIRE un enfant, en étant mis à lourde contribution physique et mentale. Et s'il était possible d'emprunter parfois un petit sentier qui permette également de se donner du **temps** pour devenir parents, afin d'ÊTRE une future maman et un futur papa en **lien** avec son cœur et celui de son enfant.

Nous pouvons choisir d'arrêter de subir ou de réagir, et choisir une troisième voie (ou voix). Cette voie, qui relie le ciel et la terre est la voie du cœur. Et l'*émotiologie* enseigne cet art de cœur, un art de connaissance de soi pour nous accompagner et réussir à Être et nous poser ces questions : Où est-ce que moi je me situe ? Quels sont mes besoins ? Qu'est-ce qui est juste et bon pour moi ?

## Emotiologie ?

L'émotiologie est une approche qui permet d'aller à sa propre rencontre. Elle est un soutien pour que chacun puisse devenir son meilleur ami et ainsi être le capitaine de sa propre embarcation en reprenant le gouvernail de sa vie. Il est primordial de se reconnecter à l'énergie de son cœur pour rétablir l'équilibre vibratoire de notre corps, de notre cœur et de notre conscience. Tout est lié ...

*« Ce que je pense (dans ma tête), je le ressens (émotions) et ce que je ressens a un impact sur mon corps. »*. Ch. Savio

Dès lors, inutile de rester bloqué dans sa tête et de cogiter. Mieux vaut veiller sur soi en prenant le **temps** de s'arrêter, en réapprenant à respirer et en recréant le contact avec notre cœur pour se laisser toucher ... et goûter à la douceur.

*« Mettre de la conscience dans les actes, c'est mettre de la Vie à la Vie »*

Et il n'y a pas plus important en parcours PMA que de prendre soin de soi, de mettre de la conscience dans son quotidien pour ajouter de la vie à sa vie pour donner la vie.

Le Yin (l'Être - la sensibilité) et le Yang (le Faire - la Force) ont tous deux leur rôle à jouer dans nos vies, chacun a sa place, son importance, son moment, comme dans un parcours PMA. Il est important que chaque acteur prenne sa juste place dans l'aventure, pour que cette enVie puisse prendre vie. Effectivement il y a un temps où la femme devra être active (dans les rendez-vous et traitements), alors l'homme devra veiller à amener tendresse et douceur au sein de leur vie. Et à d'autres moments, la future maman devra pouvoir se connecter à son Être, se poser et pouvoir compter sur la force de son compagnon. E. Métrot nous partage ceci « Afin d'offrir l'espace nécessaire à l'accueil d'un embryon et à la maman d'être enceinte, le papa doit prendre sa place de gardien et être son enceinte, son rempart. Le papa pourra alors prendre sa juste place d'homme Gardien et la maman pourra se poser et être réceptive à accueillir une grossesse ».

Quand Force et douceur cohabitent, il est alors possible de goûter au potentiel de la « Volonté amoureuse ». Et quoi de plus beau que de se l'offrir à soi, pour soi, avec tendresse.

## Lien – Temps – Valeur

### Le LIEN

## « Nous ne sommes riches que de liens » Ch. Savio

Dans une vie, chaque jour, nous créons, nous entretenons des liens avec nos proches, ami(e)s, collègues et y mettons beaucoup d'amour et d'énergie. Mais il est plus difficile d'en faire de même avec soi-même, pourtant ces liens-là sont tout aussi importants.

Dans un parcours PMA, il est très précieux pour la future maman de prendre soin d'elle, d'être là pour elle, de créer le lien, Être en lien avec son corps. Créer ce lien aussi avec les ovaires, les ovocytes en maturation, source de vie ainsi qu'avec l'utérus, qui deviendra le refuge d'un futur embryon. Que se passe-t'il dans mon corps ? Suis-je une amie pour lui ? Un soutien ? Créer ce lien, c'est faire exister l'enfant dans les rêves pour le faire exister physiquement lorsqu'il sera là.

L'Humain a besoin de LIENS pour grandir et s'épanouir, comme l'arbre a besoin de ses racines, d'un bon enracinement pour résister aux tempêtes et s'élever vers le ciel.

## Le TEMPS

Le temps défile ... les jours, les mois, les années ... mais sommes-nous vraiment conscients de ce que nous vivons durant tout ce temps ? Ou avançons-nous en mode automatique ?

En parcours PMA, le temps n'est pas toujours un ami ... mais s'il était possible d'en faire un allié ?

Mettre de la conscience dans nos actes, c'est aussi ça ... Être plus conscients de ce que nous vivons en fixant des priorités, en s'organisant, en prenant le temps. Il y a un temps pour FAIRE et un temps pour ÊTRE.

Prendre conscience de ce qui est vécu, vivre les joies et les déceptions, s'autoriser toutes ces ambivalences, ces émotions qui font le quotidien afin d'éviter de se dire un jour « Le passé pas passé reste actif et fait mal ».

L'Homme a besoin de TEMPS, comme il faut du temps à un arbre pour s'enraciner, grandir, se renforcer et donner ses premiers fruits. Il faut avoir semé une graine et avoir vécu quelques saisons. Réapprenons à écouter ces rythmes ... « On ne fait pas pousser une plante en tirant dessus » Proverbe asiatique

## La VALEUR

Tout être vivant a de la valeur et tout acte peut devenir « précieux » si on y met de la conscience et de l'amour. Les questions suivantes ont tout leur sens : Est-ce que ce que je fais a du sens ? Est-ce que c'est juste et bon pour moi ? Est-ce que ça devient précieux ? Elles nous permettent de faire le bilan de là où nous en sommes, de nous ramener à soi, de faire lecture de nos actifs, de nos passifs.

L'Humain a de la VALEUR, comme le fruit est le précieux de l'arbre. Il faut attendre l'automne, saison qui nous pousse à ralentir, pour profiter des récoltes. Comme parfois, il faut ce temps pour se rendre compte de sa propre valeur. Gratitude immense pour la valeur, la richesse, le précieux des fruits et légumes issus de la terre. Il aura fallu patienter toute une année, quatre saisons, pour bénéficier de cette magie.

« Quand on sera conscient de sa VALEUR, on prendra du TEMPS pour se donner du LIEN ! » Ch. Savio

## Emotiologie et le désir d'enfant

C'est une période, où même très bien entourés, les futurs parents peuvent se sentir seuls, car eux-seuls sentent ce qu'il se passe dans leurs corps, dans leur tête, dans leur cœur et souvent peinent à confier leurs ressentis de peur d'inquiéter les proches. Ils vivent dans un sous-terrain émotionnel, qui se passe en-dessous du parcours en lui-même. D'où l'importance de revenir à soi pour ne pas subir la solitude et d'être capable de s'offrir sa propre présence comme un précieux présent.

Être en contact avec soi permet d'être centré et d'être acteur de sa vie. Chacun est à sa juste place, à la bonne distance au sein du couple mais également avec le corps médical. Être présent à soi permet également de prendre conscience de sa valeur et ainsi de mettre tout en œuvre pour ne pas s'abandonner.

Riche de plusieurs années de formation en émotiologie, animatrice d'ateliers pour parents, maman de deux enfants aujourd'hui nourrie d'un parcours à la rencontre de moi-même et en possession de précieuses compétences, je désire proposer un espace-temps aux personnes qui en ressentent le besoin. Ces rencontres sont pour moi un lieu où déposer son vécu émotionnel, où trouver du soutien afin d'essayer de vivre au mieux le parcours qui est le sien en allant à la rencontre de soi.

*« On ne naît pas parent, on le devient »*

et ce chemin de transformation débute déjà au moment de la préconception.



Et si on tentait de s'offrir tendresse, patience et amour afin d'envisager un parcours en désir d'enfant de manière plus douce ? Je propose un accompagnement afin que chacun puisse s'offrir « *Un pas vers soi pour grandir en c(h)œur dans sa relation à soi, dans son désir d'enfant, dans son couple et sa famille et dans son lien aux autres* ». A. Varrin